

STRES IBU TUNGGAL YANG MEMILIKI ANAK AUTIS

Astri Nur Kusumastuti

*Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
Jl. Margonda Raya No. 100, Depok 16424 Jawa Barat
astri@staff.gunadarma.ac.id*

Abstrak

Tujuan penelitian untuk mengkaji gambaran stres ibu tunggal yang memiliki anak autisme dan untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya stres pada ibu tunggal yang memiliki anak autisme. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif berbentuk studi kasus. Sumber data yang merupakan subjek penelitian adalah ibu tunggal yang memiliki anak autisme, berjumlah satu orang. Teknik pengambilan data menggunakan observasi non partisipan dan wawancara yang mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran ibu tunggal yang memiliki anak autisme dapat mengakibatkan stres pada orangtua tunggal karena beban tanggung jawab dalam merawat anak yang biasanya dipegang oleh pasangan suami istri harus ditanggung seorang diri oleh orangtua tunggal yaitu ibu. Faktor-faktor yang menyebabkan stres ibu tunggal juga dapat disebabkan oleh kondisi anak yang memiliki kebutuhan khusus, kebutuhan ekonomi serta adanya rasa malu dengan kondisi diri.

Kata Kunci: *Stres, Ibu tunggal, Anak autisme*

STRESS SINGLE MOTHERS WHO HAVE CHILDREN WITH AUTISM

Abstract

The purpose of research to assess the stress overview single mothers who have children with autism and to determine the factors that cause stress on single mothers who have children with autism. This research was conducted using qualitative methods in the form of case studies. Source of data which is the subject of research are single mothers who have children with autism, subject is one person. Data collection techniques using non-participant observation and in-depth interviews. The results showed that the picture of a single mother who has a child with autism can cause stress in a single parent because the burden of responsibility in caring for children who are usually held by married couples to be borne alone by a single parent is the mother. The factors that cause stress single mothers can also be caused by the condition of children who have special needs, the needs of the economy and their shame with the condition themselves.

Key words: *Stress, Single mothers, Children with autism*

PENDAHULUAN

Memiliki anak di dalam suatu keluarga merupakan dambaan dari pasangan suami istri. Keluarga terasa lebih lengkap dan bahagia ketika Tuhan Yang Maha Esa menganugerahkan anak, namun apabila anak dilahirkan memiliki kebutuhan khusus cenderung terasa sulit dalam merawat anak, contohnya anak mengalami autisme. Menurut Mash dan Wolf (2005) autisme merupakan salah satu gangguan perkembangan yang terjadi pada anak. Autisme adalah suatu kondisi seseorang sejak lahir ataupun saat masa balita yang membuat dirinya tidak dapat membentuk hubungan sosial atau komunikasi yang normal. Sutadi (1997) autisme bukanlah penyakit, melainkan suatu gangguan perkembangan yang terjadi pada anak dengan gejala yang tampak sebelum anak mencapai umur tiga tahun.

Prevalensi gangguan autisme terus mengalami peningkatan setiap tahunnya, dari sekitar 10.000 anak, 4 anak yang mengalami autisme (Mash & Wolf, 2005). Ginanjar (2002), mengatakan autisme dapat mempengaruhi perkembangan anak meliputi tiga aspek penting yaitu aspek perilaku, aspek komunikasi maupun aspek interaksi. Perilaku pada anak yang mengalami autisme sangat berbeda dengan perilaku normal anak biasanya. Perilaku yang tampak yaitu bersibuk diri dengan dunianya sendiri sehingga tidak merespon terhadap stimulus dari lingkungannya, hal ini dapat menghambat terealisasi potensi yang dimilikinya. Danuatmaja (2003) menambahkan bahwa anak yang mengalami autisme memiliki perilaku yang berlebihan ataupun perilaku yang berkekurangan, sampai ke tingkat tidak ada perilaku. Perilaku yang berlebihan dijelaskan oleh Berkell (1992) seperti mengamuk, menstimulasi diri, dan selektif yang berlebihan terhadap rangsangan, sedangkan perilaku yang berkekurangan seperti gangguan bicara, kontak mata, dan emosi yang tidak stabil.

Tanggung jawab dalam mengasuh anak autisme dapat menimbulkan stres pada orangtua. Permasalahan yang dialami oleh orangtua yang memiliki anak autisme seperti masalah perilaku anak, kemampuan anak, masalah biaya yang diperlukan, pendidikan dan terapi, serta masalah hubungan dengan anggota keluarga yang lain atau kurang adanya dukungan sosial yang menyebabkan stres (Ginanjar, 2002; Witt 2005). Schieve, Blumberg, Rice, Visser dan Boyle (2007) mengatakan sebanyak 55% orangtua yang memiliki anak autisme lebih tinggi tingkat stresnya dibandingkan yang memiliki anak normal (11%). Penelitian ini dilakukan pada orangtua yang memiliki anak usia sekitar 4 hingga 17 tahun.

Permasalahan yang dialami orangtua yang memiliki anak autisme begitu banyak, hal ini dapat memengaruhi keharmonisan dalam rumah tangga. Cohen dan Bolton (1993) mengatakan bahwa memiliki anak autisme dapat menyebabkan stres serta sangat memengaruhi suatu hubungan pernikahan. Hubungan pernikahan tersebut dapat mengalami keretakan seperti perpisahan dan perceraian dibandingkan orangtua yang memiliki anak normal. Kondisi ini akan lebih parah lagi dirasakan oleh orangtua tunggal dalam merawat anak yang mengalami autisme, karena disamping biaya hidup sehari-hari, orangtua tunggal biasanya sedih karena tidak memiliki pasangan atau tempat untuk berbagi beban hidup, dan memikirkan keadaan perilaku anak yang cenderung negatif, serta melihat atau menerima pandangan masyarakat yang negatif terhadap ibu tunggal. Hal ini didukung pula oleh pernyataan dari Benokraitis (1996) orangtua tunggal biasanya 86% adalah seorang ibu. Keluarga dengan orangtua tunggal seringkali mengalami kesulitan keuangan karena wanita cenderung memiliki tingkat pendidikan yang rendah, kurang keahlian dalam bekerja, dan gaji lebih rendah dibandingkan laki-laki. Kondisi menjadi orangtua tunggal terutama

pada wanita dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan stres kronik.

Stres merupakan keseluruhan proses yang meliputi stimulasi, kejadian, peristiwa, dan respon, interpretasi individu yang menyebabkan timbulnya ketegangan di luar kemampuan seseorang untuk mengatasinya (Rice, 1992). Stres memiliki dua dampak, pertama stres secara fisik yaitu sistem kekebalan tubuh mengalami penurunan sehingga seseorang yang mengalami stres mudah terserang penyakit dan yang kedua secara psikis yaitu timbul perasaan negatif seperti semua orang membenci dan memusuhinya. Perasaan negatif ini akan menjadikan mereka mudah murung, kesepian, sedih, dendam, benci dan merasa tidak berguna. Stres yang berat atau kronis juga dapat menyebabkan seseorang kehilangan motivasi dan tujuan hidup, terkurung pada kondisi selalu cemas dan ketakutan mendalam, merasa kosong dan hampa, merasa hidup tidak bermakna serta dapat menyebabkan seseorang tidak mampu merasakan kebahagiaan dalam hidupnya. Pada tahap selanjutnya kondisi ini dapat memunculkan keputusan yang menjurus pada tindakan nekat bunuh diri (Alloy, Acocella dan Bootzin, 1996; Safaria, 2005). Berdasarkan gender, perempuan lebih sering mengalami stres dibandingkan laki-laki dan stres berdampak lebih besar terutama jika menyangkut peristiwa kehidupan yang besar (Davidson, Neale, dan Kring, 2004).

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin mengkaji gambaran stres yang dialami ibu tunggal yang memiliki anak autisme dan untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya stres pada ibu tunggal yang memiliki anak autisme.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan kualitatif berbentuk studi kasus. Sumber data subjek penelitian ini adalah ibu tunggal yang memiliki anak autisme berjumlah satu orang dengan satu sumber informan. Teknik pengambilan data menggunakan observasi

non partisipan dan wawancara yang mendalam.

Keakuratan penelitian dengan menggunakan triangulasi data, triangulasi sumber, triangulasi pengamat dan triangulasi metode. Teknik analisis data dengan mengorganisasikan data-data yang sudah dikumpulkan selama dalam pengambilan data, kemudian diolah data tersebut dan hasilnya kemudian dituliskan untuk menjelaskan hasil penelitiannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek dalam penelitian ini merupakan orangtua tunggal yang memiliki satu orang anak autisme berjenis kelamin perempuan dengan usia 9 tahun. Dokter mendiagnosa anaknya mengalami autisme ketika anak berusia 22 bulan. Subjek pada awalnya tidak menyadari bahwa anaknya mengalami autisme, tetapi ibu subjek yang melihat anak subjek mengalami keterlambatan dalam perkembangan. Subjek pun mulai khawatir ketika melihat anak subjek mengalami keterlambatan dalam berjalan, lebih tertarik pada iklan-iklan di televisi dan benda-benda daripada memandang orang-orang disekitarnya.

Setelah diagnosa dari dokter yang menyatakan putri satu-satunya mengalami autisme, pertengkaran demi pertengkaran dan pemukulan dari suami subjek terjadi. Subjek merasa suami tidak ikut andil dan mendukung subjek dalam merawat anak disertai perilaku suami subjek yang sering pulang malam ataupun dinas di luar. Subjek akhirnya bercerai dengan suaminya dan tinggal di rumah orangtua subjek. Setelah subjek bercerai, mantan suami subjek pindah ke luar kota dan tidak pernah datang untuk mengunjungi anaknya. Subjek setelah mengalami perpisahan dengan mantan suaminya, subjek masih tidak mempercayai bahwa anaknya mengalami autisme, begitu pula ibu subjek yang beranggapan cucunya hanya terlambat berbicara dan berjalan. Berjalannya waktu, ibu subjek kemudian dapat menerima keadaan cucunya dan terus mencari banyak informasi mengenai gang-

guan autisme termasuk jalan pengobatan alternatif sebagai pengobatannya.

Anak subjek mulai dapat berjalan saat berusia 5 tahun dengan bantuan terapi, namun sampai saat ini putri subjek belum dapat berbicara. Saat berusia 5 tahun anaknya sempat dapat memanggil mama, mbah dan pak, namun setelah sering mengalami sakit yang mengharuskan dirawat di rumah sakit, anaknya hanya mengeluarkan kata-kata seperti 'aaa' dan 'eee'. Komunikasi yang dilakukan putri subjek dengan orang sekelilingnya dengan cara menunjuk apa yang di minatnya, dan menarik-narik tangan untuk meminta orang lain mengambilkannya.

Setelah bercerai subjek bekerja, namun tidak bertahan lama karena jarak yang cukup jauh antara rumah dan tempat bekerja sehingga membuat subjek kelelahan jika harus bekerja dan mengurus putrinya. Setelah beberapa bulan menganggur, subjek bekerja kembali di suatu perusahaan swasta namun hanya bertahan beberapa tahun karena merasa tidak cocok dengan atasannya dan perusahaan tersebut juga mengalami kebangkrutan. Subjek untuk mencukupi biaya kebutuhan sehari-hari dibantu oleh orangtua subjek dan hanya subjek bekerja secara *freelance*. Walaupun subjek selalu mendapatkan perhatian dan dukungan dari keluarga maupun saudara-saudaranya, namun subjek dalam pergaulan lebih menutup diri karena subjek merasa malu dengan keadaan dirinya yang menjadi janda dan memiliki anak autisme serta membebani kedua orang tuanya, sedangkan teman-temannya sudah sukses. Semenjak subjek memiliki dan merawat anaknya yang mengalami autisme, subjek juga merasa mudah emosi, sedih dan ingin menangis, hal ini semakin dirasakan ketika subjek bercerai dengan suaminya. Subjek juga mengeluhkan bahwa dirinya merasa kelelahan secara fisik dan psikis yang mendalam, tidak dapat konsentrasi dengan baik terutama dalam membaca, tidak cepat dapat menanggapi permasalahan yang terjadi, ketakutan dan

cemas akan masa depan dirinya bersama anaknya serta menyesali keputusannya dahulu mau diajak menikah muda, bukan ber-pikir untuk bekerja dan berkarir.

Gambaran stres yang dirasakan oleh subjek yang memiliki anak autis. Subjek merasa tidak mampu untuk mengatasi permasalahan-permasalahan yang ada termasuk melihat tingkah laku anaknya. Pemicu stres yang lainnya adalah tidak mendapat dukungan sosial, semenjak subjek bercerai dengan suaminya, tanggung jawab merawat anak sepenuh-nya terbebankan kepadanya. Hal ini disebabkan mantan suami subjek tidak memiliki rasa tanggung jawab terhadap anak sehingga subjek merasa seorang diri dalam menanggung beban pengasuhan, hal ini semakin menambah beban subjek ketika subjek tidak memiliki pekerjaan tetap. Subjek akhirnya harus bergantung kembali kepada orang tuanya untuk memenuhi kebutuhan sandang, pangan dan papan agar dapat bertahan hidup. Bergantung kepada orang tuanya terus menerus, membuat subjek merasa malu yang mempengaruhi seluruh kehidupannya sehingga subjek lebih menutup diri dengan lingkungan sosial. Sesuai dengan pandangan dari Gunarsa (2004); Lazarus dan Lazarus (2005); Siswanto (2007) bahwa stres sebagai segala sesuatu yang mengganggu kita untuk beradaptasi atau mengatasi suatu masalah. Stres bisa datang dari lingkungan, tubuh, ataupun dari pikiran kita.

Faktor-faktor yang menyebabkan stres karena mengasuh anak yang mengalami autisme pada ibu tunggal adalah kondisi anak, kondisi kehidupan menyeluruh yang menimbulkan stres, dukungan sosial, fungsi keluarga, sumber material seperti mencakup fasilitas hidup, termasuk sandang, pangan, dan papan. Hal ini didukung secara teoritis oleh Sharpe dan Baker (2007) yang mengatakan 3 faktor penyebab stres pada orang tua yang memiliki anak autisme karena kondisi anak yang cenderung permanen, kurangnya penerimaan perilaku anak, dan kurangnya dukungan. Selain itu

Kusumastuti, Stress Ibu ...

ada pula pernyataan dari Jarbrink, Fombonne, dan Knapp (2003) bahwa stres memiliki anak autisme yaitu beban secara ekonomi dalam membesarkan anak yang mengalami autisme, yang berdampak pada karir orangtua ataupun penghasilan. Pendapat dari Monty (2006) juga dapat mendukung hasil penelitian ini, yang menyebutkan, stres dapat dialami oleh setiap individu dalam kehidupan sehari-hari. Akan tetapi, stres mengasuh, khususnya dalam pengasuhan anak, memiliki kekhasan tersendiri atau keadaan yang tidak pada umumnya. Kekhasan tersebut meliputi: kondisi anak (termasuk perilaku anak yang menyimpang), kondisi kehidupan menyeluruh yang menimbulkan stres, dukungan sosial, fungsi keluarga, dan sumber material seperti mencakup fasilitas hidup, termasuk sandang, pangan, dan papan. Dukungan sosial berperan besar bagi pengasuh dalam mengatasi stres pengasuhan. Jika pengasuh merasa dirinya sendiri dalam menyanggah tanggung jawab pengasuhan, ia akan merasakan stres yang dialaminya sedemikian besar.

Subjek merupakan ibu tunggal sehingga di dalam keluarga untuk mengurus keluarga subjek tidak di dukung oleh pasangannya. Semenjak bercerai, mantan suami subjek tidak memerdulikan kesejahteraan anak yang mereka miliki. Perceraian subjek membuat fungsi keluarga tidak berjalan dengan semestinya karena tanggung jawab pengasuhan dipikul seluruhnya oleh subjek. Hal ini pun di dukung oleh riset penelitian yang dilakukan oleh Witt (2005) yang menyebutkan bahwa masalah mengenai keuangan bukan hanya beban utama yang dihadapi orang tua tetapi ditambah dengan hal lain seperti yang berhubungan dengan anak kebutuhan khusus misalnya dalam pengasuhan. Hal ini menimbulkan stres pada orang tua. Hasil riset yang dilakukannya dengan sampel 70 orang tua menunjukkan bahwa orang tua yang memiliki anak autisme memiliki tingkat stres yang tinggi dibandingkan orang tua yang memiliki anak normal.

Kondisi secara menyeluruh kehidupan pada subjek menimbulkan stres sehingga

membuat perubahan sikap pada subjek menjadi mudah marah ataupun bersikap acuh terhadap anaknya ketika mengalami kelelahan. Sikap subjek terhadap anaknya yang acuh ketika letih menghadapi perilaku anaknya sering terjadi pada orang tua yang memiliki anak autisme. Hal ini sesuai dengan Schieve, Blumberg, Rice, Visser dan Boyle (2007) yang mengatakan bahwa pengasuhan anak kebutuhan khusus menyebabkan stres, disebabkan masalah keuangan yang mempengaruhi perawatan untuk memenuhi kebutuhan anak autisme yang lebih besar dibandingkan dengan anak lainnya, melihat perilaku anaknya yang berbeda dengan perilaku anak seusianya, merasa lebih berat mengurus anak autisme dibandingkan dengan anak lain yang usianya sama, sehingga sering menimbulkan perasaan marah ataupun sikap acuh terhadap anak mereka karena telah lelah menghadapinya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Gambaran stres pada subjek yang memiliki anak autisme ditunjukkan antara lain subjek tidak mampu untuk menanggapi masalah-masalah yang muncul di kehidupannya berkaitan dengan pengasuhan anaknya, mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi terutama dalam membaca, sehingga subjek malas untuk melakukan kegiatan membaca. Subjek juga mengalami hambatan dalam pergaulan karena subjek merasa malu dengan keadaan hidupnya. Keadaan ini membuat subjek mempunyai perasaan negatif atas penerimaan lingkungan terhadap dirinya. Stres yang dirasakan subjek dapat pula menghambat subjek untuk mencari informasi sebagai solusi penanganan yang tepat dalam merawat anaknya yang mengalami autisme.

Faktor-faktor yang menyebabkan stres pada subjek yang memiliki anak autisme adalah masalah kondisi anaknya yang memiliki kebutuhan khusus, subjek tidak mempunyai pekerjaan tetap untuk menopang kehidupannya dan subjek juga merasa sendirian dalam

menghadapi beban hidupnya karena semenjak bercerai mantan suami subjek tidak memperdulikan kesejahteraan anak. Hal ini membuat fungsi keluarga inti subjek tidak berjalan dengan semestinya karena tanggung jawab dipikul seluruhnya oleh subjek, walaupun subjek mendapatkan dukungan dari orang tuanya baik secara material maupun moril, tetapi hal ini malah membuat subjek merasa malu terhadap orang tuanya dan menjadi beban bagi dirinya.

Saran

Saran-saran penelitian adalah sebagai berikut (1) kepada subjek disarankan untuk berpikir positif dan selalu percaya diri dengan kondisinya mempunyai anak autis, (2) kepada masyarakat agar lebih memahami, memberikan dukungan sosial dan tidak memandang rendah ibu tunggal yang memiliki anak autis, dan (3) kepada peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian dengan variabel yang lain seperti kepercayaan diri pada orangtua yang memiliki anak autis atau harga diri ibu tunggal yang memiliki anak autis.

DAFTAR PUSTAKA

- Alloy, Acocella, & Bootzin. (1996). *Abnormal psychology: Current perspectives* (7th ed). New York: McGraw-Hill.
- Berkell, D.E. (1992). *Autism: Identification education and treatment*. Hilldale, New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Benokraitis, N.V. (1996). *Marriages and families: Changes, choices, and constraints*. New Jersey: Prentice Hall.
- Cohen, B.S., & Bolton, P. (1993). *Autism: The facts*. New York: Oxford University Press.
- Danuatmaja, B. (2003). *Terapi anak autis di rumah*. Jakarta: Puspa Swara.
- Davidson, G.C., Neale M. J., & Kring, M. A. (2004). *Abnormal psychology*. New York: John Willey & Sons.
- Ginanjari, S.A. (2002). *Penanganan stres pada orangtua dengan anak autis*. Jakarta: Makalah seminar
- Gunarsa, S.D. (2004). *Bunga rampai psikologi perkembangan: Anak sampai usia lanjut*. Jakarta : BPK Gunung Mulia.
- Jarbrink, K., Fombonne, E., & Knapp, M. (2003). Measuring the parental, service and cost impact of children with autistic spectrum disorder: A pilot study. *Journal of Autism and Developmental Disorder*, 33, 395-402.
- Lazarus, A.A., & Lazarus, C.N. (2005). *Staying sane in a crazy world*. Alih Bahasa: Linggawati haryanto. Jakarta: Bhuana Ilmu Populer.
- Mash, E.J., & Wolfe, D.A. (2005). *Abnormal child psychology*. 3rd Edition. New York: Wadsworth Publishing Company.
- Monty, P.S. (2006). *Bunga rampai psikologi perkembangan: Dari anak sampai usia lanjut cetakan 2*. Disunting oleh Gunarsa, Singgih D. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Rice, L.P. (1992). *Stress and health*. California: Brooks/Cole Publishing.
- Safaria, T. (2005). *Autisme: Pemahaman baru untuk hidup bermakna bagi orangtua*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Schieve, A.L., Blumberg, J.S., Rice, C., Visser, N.S., & Boyle, C. (2007). The relationship between autism and parenting stress. *Journal of the American Academy of Pediatric*, 119, 114-121.
- Sharpe, D.L., & Baker, D.L. (2007). Financial issues associated with having a child with autism. *Journal of Family Economic Issues*, 28, 247-264
- Siswanto. (2007). *Kesehatan mental: Konsep, cakupan dan perkembangannya*. Yogyakarta: Penerbit Andi

- Sundberg, N.D. (2007). *Clinical psychology: Evolving theory, practice, and research*. New Jersey: Prentice Hall.
- Sutadi, R. (1997). *Autisma: Gangguan perkembangan pada anak*. Jakarta: Yayasan Autisma Indonesia.
- Witt, K. (2005). *The role of parental irrationality and child autism characteristics on parental stress level*. New York: Proquest Psychology Journals.

